

セントラルフィットネスクラブ新三郷 - 2026年06月 -

4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)は休館日です。

都合により、プログラム、インストラクターが変更になる場合があります。

また、掲載されていない施設のスケジュールにつきましては直接クラブまでお問合せ下さい。

[スクール]: スクール制(別途入会手続き、会費が必要です) [セッション]: 別途参加費が必要です [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要です [整理券]: 整理券が必要です

< スタジオ >

曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		曜日	日		曜日		
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	
08:00					08:00							08:00					08:00			
08:30		08:40(60分)有料セッション/太極拳・伊藤[セッション][予約]			08:30							08:30					08:30			
09:00	09:00(40分)アールピラティス・上原[予約]				09:00	09:10(40分)カナダデトックス・上原[予約]						09:00					09:00			
09:30			09:40(40分)ZUMBA(R)・田澤[予約]		09:30							09:30	09:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	09:30(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]			09:30			
10:00	10:00(40分)シンプルステップ・入澤[予約]	10:00(60分)ニューエイジプロジェクト・スミス&エーリング・上原[予約]			10:00	10:00(40分)*クラブ限定/骨盤エクササイズ・立原[予約]	10:00(40分)ヒップホップ・松井[予約]			10:00(40分)エアロサーキット・前田[予約]	10:00(30分)エアリアルフィットネス・スズムラト・高野[予約]	10:00			10:00(40分)ヨガ・入澤[予約]	10:00(40分)CSLive/エアリアルフィットネス/リズムライド・REC[予約]	10:00			
10:30			10:40(40分)*クラブ限定/骨盤エクササイズ・田澤[予約]		10:30							10:30	10:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	10:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]			10:30			
11:00	11:00(40分)健康本極拳・伊藤[予約]	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE・LIVE[予約]			11:00	11:00(40分)シンプルエアロ・倉名[予約]	11:00(40分)ヨガ・立原[予約]			11:00(40分)ZUMBA(R)・海老名[予約]	11:00(30分)ポールde健康体操・志田[予約]	11:00			11:00(40分)コンビネーションステップ・入澤[予約]		11:00			
11:30			11:40(40分)ヨガ・矢田[予約]	11:30(40分)ジャズダンス・細井[予約]	11:30							11:30					11:30			
12:00	12:00(40分)シンプルエアロ・澤野[予約]	12:00(40分)ファンタジカルコンパニオン・高野[予約]			12:00	12:10(40分)シェイプバンプ・小野嵐[予約]	12:00(30分)リンパローラー・上原[予約]			12:00(40分)ラテンダンス・荒木[予約]	12:10(30分)*クラブ限定/コアボディ・関[予約]	12:00					12:00			
12:30			12:35(40分)ピラティス・矢田[予約]		12:30							12:30					12:30			
13:00	13:00(40分)アラエクスサイズ・澤野[予約]	13:00(40分)ファンクショナルトレーニング・倉名[予約]			13:00	13:10(40分)ファイアアタックB/EAT・半田[予約]	13:10(40分)*クラブ限定/コアボディ・関[予約]			13:00(40分)ヨガ・関[予約]	13:00(30分)CORE FIGHTING・高野[予約]	13:00					13:00	13:10(40分)シェイプバンプ・小野嵐[予約]	13:05(40分)*クラブ限定/骨盤エクササイズ・立原[予約]	13:05(40分)CSLive/エアリアルフィットネス/リズムライド・REC[予約]
13:30			13:30(40分)シェイプバンプ・佐藤[予約]		13:30							13:30					13:30			
14:00	14:00(40分)ZUMBA(R)・倉名[予約]				14:00	14:05(40分)コンビネーションエアロ・馬場[予約]				14:00(40分)コンビネーションステップ・関[予約]	14:00(30分)ニューエイジプロジェクト・スミス&エーリング・上原[予約]	14:00					14:00	14:10(40分)エアロサーキット・前田[予約]	14:00(40分)CSLive/エアリアルフィットネス/リズムライド・REC[予約]	
14:30					14:30	14:30(40分)エアリアルフィットネス/リズムライド・高野[予約]					14:20(60分)クラブ限定/はつらつ健康運動スクール・志田[スクール][予約]	14:30					14:30			
15:00					15:00	15:00(60分)オリジナルエアロ・馬場[予約]						15:00					15:00			
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]				15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30	15:20(40分)ヨガ・関[予約]				15:30			
16:00					16:00							16:00					16:00			
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30					16:30			
17:00					17:00							17:00					17:00			
17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30					17:30			
18:00					18:00							18:00					18:00			
18:30			18:30(60分)体操競技スクール[スクール]		18:30	18:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	18:30(60分)体操競技スクール[スクール]			18:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		18:30					18:30			
19:00		18:45(60分)キッズヒップホップスクール[スクール]			19:00							19:00					19:00			
19:30	19:15(40分)コンビネーションエアロ・馬場[予約]				19:30	19:10(40分)ピラティス・中島[予約]					19:10(40分)CSLive/エアリアルフィットネス/リズムライド・REC[予約]	19:30					19:30			
20:00					20:00							20:00					20:00			
20:30	20:15(40分)ZUMBA(R)・馬場[予約]				20:30							20:30					20:30			
21:00			20:55(30分)シェイプバンプ・小野嵐[予約]		21:00	21:00(30分)シンプルステップ・大内[予約]	21:00(40分)CSLive/ヨガ・REC[予約]					21:00					21:00			
21:30					21:30							21:30					21:30			